



# SHG FIBROMYALGIE

—◆◆◆—  
„FIBROMYALGIE MAG MEINEN KÖRPER  
SCHWÄCHEN, ABER SIE KANN MEINEN  
GEIST NICHT BRECHEN.“  
—◆◆◆—

FIBROMYALGIE IST WIE EIN UNSICHTBARES  
GEWITTER IM KÖRPER.

MAN SIEHT DIE WOLKEN NICHT – ABER MAN  
SPÜRT JEDEN DONNER.

SIE IST MEHR ALS „NUR“ SCHMERZ.

ES IST EIN STÄNDIGES ZIEHEN IN MUSKELN UND  
GELENKEN, EINE TIEFE ERSCHÖPFUNG, DIE  
SELBST NACH SCHLAF NICHT VERSCHWINDET,  
UND EINE FEINE ÜBEREMPFINDLICHKEIT  
GEGENÜBER BERÜHRUNG, GERÄUSCHEN ODER  
STRESS. TAGE KÖNNEN SICH ANFÜHLEN, ALS  
HÄTTE MAN EINEN MARATHON GELAUFEN,  
OBWOHL MAN KAUM DAS HAUS VERLASSEN HAT.  
UND DOCH IST FIBROMYALGIE AUCH EIN LEBEN  
MIT GROSSER INNERER STÄRKE.

WER MIT IHR LEBT, ENTWICKELT GEDULD,  
ACHTSAMKEIT UND EIN TIEFES VERSTÄNDNIS FÜR  
DIE EIGENEN GRENZEN. ES IST EIN TÄGLICHES  
AUSTARIEREN ZWISCHEN AKTIVITÄT UND RUHE,  
ZWISCHEN HOFFNUNG UND DURCHHALTEN.

FIBROMYALGIE IST UNSICHTBAR –  
ABER DER MUT DER BETROFFENEN IST ES NICHT.

jeden  
1. Mittwoch im Monat  
17:00 Uhr

Treffpunkt "Jahresringe"  
Mönchenstrasse 44  
14913 Jüterbog

Tel.: 03372/443788 oder 03372/441144

[jahresringe@nachbarschaftsheim-jueterbog.de](mailto:jahresringe@nachbarschaftsheim-jueterbog.de)

